

Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
212	Паста с кур.филе, свежим помидором, сыром и слив. соусом <small>спагетти, филе грудки куриное (нарезка кубик), сливки 10%, лук в/к, помидоры, сыр твердый, масло подсолнечное, соль йодированная, мука пшеничная в/с</small>	Белки-11, Жиры-13, Углеводы-42, Калорийность-276	57-34
34	Печенье сахарное	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-25, Калорийность-142	4-65
198	Чай с сахаром <small>сахар-песок, чай черный лист</small>	Углеводы-15, Калорийность-59	2-10
57	Хлеб пшеничный.	Белки-4, Углеводы-28, Калорийность-134	4-89
501	Итого за Завтрак	Белки-18, Жиры-16, Углеводы-110, Калорийность-611	68-98
<u>Обед</u>			
60	Салат из белокочанной капусты с огурцом свежим <small>капуста в/к, огурцы, масло подсолнечное, сахар-песок, соль йодированная, кислота лимонная</small>	Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, Калорийность-77	12-35
200	Рассольник ленинградский <small>картофель в/к, огурцы солёные, морковь в/к, крупа перловая, лук в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</small>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-91	10-62
90	Биточки рыбные (горбуша) с соусом <small>филе горбуши, хлеб пшеничный в/с, сухари панировочные, яйцо куриное с2, масло сливочное, соль йодированная, сметана 15%, мука пшеничная в/с, томат-паста, соль йодированная</small>	Белки-12, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-125	57-13
150	Картофельное пюре <small>картофель в/к, молоко 2.5%, масло сливочное, соль йодированная</small>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-22, Калорийность-136	21-74
180	Напиток из шиповника <small>сахар-песок, напиток растворимый "шиповник"</small>	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-87	5-77
25	Хлеб пшеничный.	Белки-2, Углеводы-12, Калорийность-59	2-15
25	Хлеб ржано- пшеничный.	Белки-2, Углеводы-9, Калорийность-45	1-79
730	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-20, Углеводы-89, Калорийность-620	111-55
730	Итого за день	Белки-39, Жиры-30, Углеводы-200, Калорийность-1 231	180-53

Бухгалтер-
калькулятор

Головина М.И.

Генеральный
директор

Д.А. Затонский

Согласовано
Директор

МП

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮСертификат: 00DA91720996827D7660DE13FC4C8E359B
Владелец: Абдраимова Юлия Александровна
Действителен: с 22.03.2023 до 14.06.2024